

RÉDUISEZ VOS RISQUES

Il se peut qu'à un moment nous ayons tous été exposé(e)s à un risque d'infection par le VIH, d'autres maladies sexuellement transmissibles ou l'hépatite. Si vous prenez des risques, faites-vous tester.

- Avez-vous déjà souffert d'hépatite ou d'une maladie sexuellement transmissible (MST) telle que le chlamydia, la gonorrhée, l'herpès, une infection génitale ou la syphilis ?
Le fait d'avoir déjà eu une MST ou l'hépatite augmente votre risque d'être contaminé par le VIH. Les mêmes comportements à risque pouvant entraîner une MST ou l'hépatite vous font également courir un risque d'infection par le VIH.
- Vous êtes vous injecté de la drogue ?
Si vous vous êtes injecté de la drogue par voie intraveineuse, même si ce n'est qu'une seule fois, et si vous partagez des seringues ou du matériel (coton, récipient de cuisson, eau de rinçage), vous courez un risque élevé de contamination par le VIH et le virus de l'hépatite.
- Avez-vous des rapports sexuels sans protection ?
Si vous avez eu des rapports sexuels avec pénétration anale ou vaginale sans protection, vous courez un risque de contamination par le VIH ou une autre MST. L'usage approprié d'un préservatif peut grandement réduire ce risque.
- Votre partenaire vous a-t-il (elle) dit qu'il (elle) était atteint(e) du VIH ou d'une MST ou de l'hépatite ?
Si votre partenaire a des antécédents de contamination par le VIH, une MST ou l'hépatite, vous pouvez être exposé(e) à un risque. Il est important de connaître les antécédents médicaux de votre partenaire afin d'être en mesure de prendre des décisions pouvant réduire vos risques de contamination.
- Votre partenaire s'injecte t-il (elle) de la drogue ou a-t-il (elle) des rapports sexuels sans protection ?
Si vous pensez que votre partenaire s'injecte de la drogue par voie intraveineuse, a des rapports sexuels sans préservatif avec d'autres partenaires ou a des relations sexuelles pour de l'argent ou de la drogue, vous pouvez également être exposé(e) à un risque de contamination. Il est important de connaître les risques encourus par votre partenaire afin d'être en mesure de prendre des décisions pouvant réduire vos propres risques.
- Êtes-vous enceinte ou désirez-vous avoir un enfant ?
 Le VIH peut être transmis de la mère à l'enfant. Les traitements peuvent réduire les risques de transmettre le VIH à votre bébé et les ramener à 1 à 2 % seulement. Tout traitement au cours de grossesse augmente vos chances d'avoir un bébé en bonne santé.
- Votre état de santé a-t-il changé récemment ?
Si vous êtes exposé(e) à un risque de VIH, des symptômes pseudo grippaux tels qu'une fièvre chronique, des ganglions enflés et de la fatigue peuvent être des signes d'une contamination récente par le VIH. Des lésions, des cloques, une éruption, un écoulement ou une douleur et une irritation brûlante lorsque vous urinez ou éjaculez peuvent signifier que vous avez besoin de faire un test de dépistage des MST, de l'hépatite et du VIH. Le fait d'avoir une MST augmente votre

risque d'être contaminé par le VIH. Certaines MST ne présentent aucun symptôme, c'est pourquoi des tests de dépistage réguliers sont importants si vous avez des relations sexuelles sans protection.

Regardez la vérité en face. Si vous avez répondu « oui » à une de ces questions, vous pouvez être exposé(e) à un risque de contamination par le VIH. Si vous prenez des risques, faites-vous tester. Le fait de connaître votre statut et celui de votre partenaire peut vous aider à prendre des décisions sur la façon de réduire ces risques.

**Faites-vous tester. Faites-vous soigner.
Obtenez un soutien.
C'est facile. C'est confidentiel.**

Comment réduire vos risques

Vous trouverez ci-dessous quelques options pouvant vous aider à réduire les risques de contamination par le VIH, les MST ou l'hépatite. Certaines peuvent être plus efficaces que d'autres mais même seulement une de ces options vous aidera à réduire vos risques.

Réduction des risques sexuels et liés à l'usage de drogues injectables :

- **Informez-vous sur votre état de contamination par le VIH**
- **Faites-vous tester pour le VIH**
- **Faites-vous vacciner contre l'hépatite A et B**
- **Faites-vous tester pour les MST**
- **Connaissez le statut de contamination par le VIH de votre partenaire**
- **Utilisez des préservatifs lors de rapports sexuels anaux ou vaginaux**
- **Ne partagez pas vos seringues ou votre matériel (coton, récipient de cuisson, eau de rinçage)**
- **Utilisez un programme d'échange de seringues**

Parlez avec un conseiller au sujet de ces options et d'autres façons de réduire vos risques.